



## ¿Qué es?

### **Puntos importantes sobre la esclerodermia**

- La esclerodermia provoca parches de la piel duros y tensos.
- Los síntomas de la esclerodermia varían mucho dependiendo del tipo de esclerodermia.
- La esclerodermia no tiene cura, pero el daño que causa se puede disminuir con el tratamiento adecuado.
- Ya que algunos tipos de esclerodermia pueden causar daños graves a los órganos internos, asegúrese de monitorear su salud y de informarle a su médico si nota algún síntoma nuevo.

La esclerodermia es un conjunto de enfermedades que hacen que la piel se ponga dura y tensa. Algunos tipos de esclerodermia también pueden dañar los vasos sanguíneos y órganos internos.

## ¿A quién le puede dar?

A cualquier persona le puede dar esclerodermia, pero es más común en los adultos y en las mujeres.

Ciertos tipos de esclerodermia son más comunes en ciertos grupos de la población. La mayoría de los tipos de esclerodermia localizada aparecen antes de los 40 años de edad y son más comunes en la gente de ascendencia europea. Los tipos de esclerodermia sistémica son más comunes en personas de entre 30 y 50 años, y son más comunes en las personas afroamericanas.

## **¿Qué tipos hay?**

Existen dos tipos principales de esclerodermia: localizada y sistémica. La esclerodermia localizada sólo afecta ciertas partes del cuerpo. La esclerodermia sistémica puede afectar todo el cuerpo.

La esclerodermia localizada a menudo afecta solamente la piel. No afecta los órganos principales y puede mejorar o desaparecer sin tratamiento. Sin embargo, en algunas personas puede ser grave y causar daño a la piel.

La esclerodermia sistémica afecta la piel, los tejidos debajo de ésta, los vasos sanguíneos y los órganos principales.

## **¿Cuáles son los síntomas?**

La esclerodermia hace que los tejidos se pongan duros y gruesos. Dependiendo del tipo de esclerodermia que tenga, es posible que su piel se ponga dura y tiesa, o puede tener problemas con los vasos sanguíneos y los órganos principales, como el corazón, los pulmones y los riñones.

## **¿Cuáles son las causas?**

Los médicos no saben qué causa la esclerodermia, pero saben que no es contagiosa. Probablemente es una enfermedad autoinmunitaria, lo que significa que el sistema inmunitario está atacando al propio cuerpo.

## **¿Hay alguna prueba?**

La esclerodermia puede ser difícil de diagnosticar ya que hay otras enfermedades con síntomas parecidos. Para saber si usted tiene esclerodermia, su médico puede hacerle preguntas sobre su salud y sus síntomas y hacerle un examen físico. Su médico también puede hacerle algunas pruebas de laboratorio y tomarle una muestra de piel (biopsia) para mirarla bajo un microscopio.

## **¿Cómo se trata?**

El tratamiento para la esclerodermia depende de qué parte del cuerpo está siendo afectada. Su médico puede recomendarle ejercicios de estiramiento para las articulaciones, cremas para la piel, cambios en la alimentación o tratamientos para que los parches rojos en la piel sean menos evidentes. La esclerodermia no tiene cura, pero los síntomas y el daño que causa se pueden disminuir.

## ¿Quién lo puede tratar?

Hay varios tipos de profesionales de salud que le pueden tratar, incluyendo:

- Reumatólogos, que tratan las enfermedades de los huesos, las articulaciones y los músculos.
- Internistas, que diagnostican y tratan a los adultos.
- Dermatólogos, que tratan los problemas de la piel.
- Ortopedistas, que tratan y hacen cirugías para las enfermedades de los huesos y las articulaciones.
- Neumólogos, que tratan los problemas de los pulmones.

## Cómo adaptarse

Usted puede tener un papel importante en el cuidado de su esclerodermia. Asegúrese de tomar sus medicamentos siguiendo las indicaciones de su médico, ir a las citas de fisioterapia y llamar a su médico si se da cuenta que tiene síntomas nuevos. A continuación, le damos algunos consejos para el cuidado de la piel:

- Problemas de la piel. La esclerodermia causa demasiada acumulación de colágeno en la piel. El exceso de colágeno hace que la piel se reseque y se ponga rígida. Para aliviar esto:
  - Use cremas y lociones a base de aceite después de bañarse.
  - Use protector solar.
  - Use un humidificador en casa.
  - Evite los baños o duchas calientes.
  - Evite los jabones, limpiadores y químicos fuertes o use guantes de goma si tiene que usar estos productos.
  - Haga ejercicio de manera regular.
- Problemas estéticos. La esclerodermia puede causar daño a la piel y cambiar su apariencia. Estos cambios en la piel pueden afectar su autoestima. Algunas formas para reparar el daño a la piel son:
  - Usar láser para remover manchas rojizas de las manos y la cara.
  - La cirugía plástica en áreas en que la enfermedad no esté activa.

Si tiene esclerodermia sistémica, la enfermedad le puede afectar otras partes del cuerpo,

además de la piel. A continuación, le indicamos algunos tratamientos comunes y cosas que debe tener en cuenta si tiene esclerodermia sistémica:

- Fenómeno de Raynaud. La mayoría de las personas con esclerodermia tienen el fenómeno de Raynaud. Éste puede afectar los dedos, los pies y las manos, haciéndolos cambiar de color cuando se tiene mucho frío o ansiedad. Para aliviarlo, usted puede:
  - Dejar de fumar.
  - Abrigarse bien y mantener los pies y las manos calientes.
  - Hacer ejercicios para relajar el cuerpo.
  - Consultar con su médico sobre medicamentos que dilatan los vasos sanguíneos pequeños y ayudan a la circulación.
  - Consultar con su médico sobre medicamentos para tratar las úlceras y llagas en la piel.
- Rigidez y dolor en las articulaciones. La rigidez y el dolor son consecuencia del endurecimiento de la piel cerca de las articulaciones y de la hinchazón en las articulaciones. Para aliviarlos, usted puede:
  - Hacer ejercicios de estiramiento para mejorar la movilidad de las articulaciones.
  - Hacer ejercicio de manera regular (la natación es el mejor ejercicio).
  - Tomar medicamentos para aliviar el dolor y la hinchazón; pida al médico que le recomiende el más adecuado.
  - Aprender a hacer las tareas diarias sin esforzar mucho las articulaciones.
- Resequedad en la boca y problemas de los dientes. Si tiene la piel de la cara muy rígida, quizás le sea difícil cuidar sus dientes. La resequedad en la boca acelera el daño a los dientes. El daño a los tejidos de la boca puede causar la caída de los dientes. Para evitar estos problemas:
  - Cepíllese los dientes y use hilo dental todos los días.
  - Hágase exámenes dentales con frecuencia.
  - Visite al médico si le salen llagas en la boca o si tiene dolor o dientes flojos.
  - Pregúntele al dentista sobre enjuagues y pastas dentales especiales.
  - Aprenda cómo mantener la boca y la cara flexibles.
  - Mantenga la boca húmeda, tome mucha agua o chupe hielo. También puede usar goma de mascar o chupar dulces sin azúcares añadidos.
  - Evite usar enjuagues bucales que tengan alcohol.
  - Si la resequedad en la boca continúa, pregúntele al médico qué medicamentos podrían ayudarle.
- Problemas gastrointestinales: Los problemas digestivos pueden incluir reflujo (acidez estomacal), dificultad para tragar, sensación de estar lleno cuando apenas comienza a comer, diarrea, estreñimiento y gases. Para aliviar estas molestias:
  - Coma pequeñas cantidades de comida varias veces al día.
  - Manténgase de pie o sentado entre 1 a 3 horas después de comer.
  - Use bloques u otro objeto para elevar la cabecera de la cama.
  - No coma tarde en la noche y evite las comidas picantes o muy sazonadas, la cafeína y el alcohol.
  - Coma alimentos suaves y húmedos y mástíquelos bien.
  - Pregúntele al médico acerca de los medicamentos para la diarrea, estreñimiento y reflujo.
- Lesiones de los pulmones: Los problemas que puede tener con la esclerodermia

sistémica pueden incluir pérdida de la función pulmonar, enfermedad grave de los pulmones, cicatrización del tejido pulmonar y presión alta en la arteria que lleva sangre del corazón a los pulmones. Esté atento a las señales de las enfermedades pulmonares, tales como:

- Fatiga.
- Dificultad para respirar.
- Problemas de respiración.
- Hinchazón en los pies.
- Visite al médico inmediatamente si la piel empieza a ponerse gruesa. Vacúnese con regularidad contra la gripe y la neumonía.
- Problemas del corazón: A veces la esclerodermia sistémica puede causar cicatrización y debilidad en el corazón, así como hinchazón del músculo del corazón y palpitaciones anormales. Todos estos problemas se pueden tratar con la ayuda de su médico.
- Problemas de los riñones: En algunos casos, la esclerodermia puede causar presión arterial muy alta e insuficiencia renal (es decir, los riñones dejan de funcionar). Pregúntele a su médico sobre cuáles son los síntomas a los que debe estar atento para poder detectar si hay un problema de inmediato. Usted debe:
  - Tomarse la presión arterial a menudo.
  - Tomarse la presión arterial si tiene nuevos síntomas.
  - Llamar al médico si tiene la presión arterial más alta de lo normal.
  - Tomarse los medicamentos que le recete el médico.

## Más información

### **U.S. Food and Drug Administration**

Llame gratis: 888-INFO-FDA (888-463-6332)

Sitio web: <https://www.fda.gov>

Información en español: <https://www.fda.gov/AboutFDA/EnEspañol/default.htm>

[Drugs@FDA](https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf) en <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf>. [Drugs@FDA](https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf) es un catálogo en línea de productos farmacéuticos aprobados por la FDA.

### **Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Health Statistics**

Sitio web: <https://www.cdc.gov/nchs>

### **American Academy of Dermatology**

Sitio web: <http://www.aad.org>

Información en español: <https://www.aad.org/espanol>

### **American College of Rheumatology**

Sitio web: <http://www.rheumatology.org>

### **Scleroderma Foundation**

Sitio web: <http://www.scleroderma.org> (con información en español)

### **Scleroderma Research Foundation**

Sitio web: <http://www.srfcure.org>

### **Arthritis Foundation**

Sitio web: <http://www.arthritis.org>

Información en español: <http://espanol.arthritis.org/>

Si necesita más información sobre recursos confiables en su idioma o en otro idioma, por favor visite las páginas web que aparecen a continuación o comuníquese con el Centro Nacional de Distribución de Información del NIAMS en [NIAMSInfo@mail.nih.gov](mailto:NIAMSInfo@mail.nih.gov).

- [Información de salud en inglés](#)
- [Información de salud en idiomas asiáticos](#)

### **Estudios clínicos**

[Los estudios clínicos](#)

### **Ver/Descargar/Pedir Publicaciones**

[Esclerodermia: Esenciales: hojas informativas de fácil lectura](#)